

# 御船町スポーツセンターだより

2015.10月号  
Vol.07

発行：御船町スポーツセンター等管理運営共同企業体  
代表 公益財団法人 熊本 YMCA

〒861-3204 熊本県上益城郡御船町木倉 1176-1 TEL 096-282-4111 FAX 096-282-4113  
http://www.kumamoto-ymca.or.jp/mifune/ ✉ mifune@kumamoto-ymca.org

## 指定管理移行1周年

御船町スポーツセンター及び、御船町民グラウンドの指定管理を私たち 御船町スポーツセンター等管理運営共同企業体」が担い、10月1日で1周年を迎えました。



祝 指定管理 1 周年！

利用者の方よりお菓子をいただきました

今まで多くの皆様に支えていただきましたことを心より感謝いたします。これからも、御船町の皆さんの健康づくりをサポートするだけでなく、御船町スポーツセンターがコミュニティの中心となり、皆さんの生きがいづくりをお手伝いしていきたいと考えています。様々な催しを行っていますので、是非ご参加ください。

## かけっこ教室が終了

9月5日(土)かけっこ教室を実施しました。秋の運動会や陸上記録会を控え、速く走れるようになりたい子どもたちが集まり、走り方を学び

ました。

参加した子どもたちは、速く走するためのポイントを聞きながら実践しました。その結果、姿勢や腕の振り、走るフォームがよくなりまし



速く走るためのヒケツを分かりやすく説明しています

た。実際に、御船町スポーツ推進委員

と元陸上短距離選手のボランティアにもご協力いただきました。

## 11月野外活動クラブは親子日帰りバスツアー

11月の野外活動は21日(土)阿蘇YMCAにて親子日帰りバスツアーとして行います。



阿蘇YMCAメインホール

ロッジ、炊き場、ピザ窯、ファイヤー場などを完備

阿蘇の大自然に囲まれた、広大な敷地に立地する野外活動施設阿蘇YMCAに遊びにいきましょう。お昼

ごはんはバーベキュー！自然を満喫しながら秋の風物詩を探し、レクリエーションやクラフトをします。親子の交わりと絆を強め、人間性を育みます。対象は保護者と子ども。参加費はおとな3000円、小学生1500円、幼児1000円。詳細は別紙、またはホームページをご覧ください。

## みふねいきいきフェスタでプールを無料開放

9月27日(日)御船町が主催するみふねいきいきフェスタ」に共催して、御船町スポーツセンターではプールの無料開放を行いました。御船町内外から90名の利用者があり、プールでの水遊びや運動を楽しんでいただきました。



無料で水中運動のレッスンも行いました

次回は11月15日(日)町民スポーツ大会の一環としてプールを無料開放します。是非おいでください。

## 台風18号水害復興支援募金活動を実施中

9月10日の台風18号により北関

東地域では甚大な水害が発生しました。被災された地域では、市外に避難されたり、避難所での生活を余儀なくされたりしている方が多く、生活再建にはまだまだ時間がかかりそうです。

これらを受け、全国のYMCAでは災害復興支援の募金活動を始めました。御船町スポーツセンターでも募金箱を設置して皆さんの協力を呼びかけています。集められた募金は、(公財)日本YMCA同盟を通して被災された方々のために、また、茨城YMCAの復興支援活動のために役立てられます。

## ヨガ教室のご紹介

おとなの方を対象にヨガ教室を実施しています。骨盤底筋を鍛えて骨盤の歪みを整え下腹部を引き締めます。関節可動域を広げ、血液循環を促進することで気分爽快になります。水曜日11時、金曜日13時、土曜日10時に実施。60分。参加費は一回500円。



土曜日の木下しずか先生

(似顔絵) 手に持っているウェービングで効果を更に引き出します